YES BODY

EMS Studio Zug

Effiziente Leistungssteigerung & Gewichtsreduktion

CEO & Trainer

Melanie

Expertise aus
25 Jahren
Militär & Sicherheit

EMS
Elektromuskelstimulation

FIT SEIN auf einem neuen Level

YESBODY setzt neue Maßstäbe im EMS-Training.

Mit nur 2 x 20 Minuten pro Woche erreichst du deine Fitnessziele.

Unsere innovative Lösung: der kabellose und mobile EMS-Anzug.

Dein Training bei YESBODY aktiviert mehr Muskeln und Muskelfasern als herkömmliches Training,

Die dazugehörige Ernährungsberatung reinigt deinen Körper für die optimale Nährstoffaufnahme.

Unsere Kunden erleben schnelle, sichtbare Erfolge und bleiben voller Motivation am Ball.

5.0 ★★★★★

EMS & IHHT
Für wen ist es?

- **Vielbeschäftigte Unternehmer**
- **Zeitgeplagte Eltern**
- **Gesundheitsbewusste**
- **Körperbewusste**
- **High Performer**
- **Reisende**
- **& Personen in Genesung von OP`s**

und hilft bei:

- **Muskelschwäche**
- **Gewichtsmanagement**
- **Stress & Energiemangel**
- **Herz - Kreislauferkrankungen**
- **Leistungsschwäche**
- **Schlafstörungen**
- **Allergien & Migräne**
- **Vitalstoffmangel**
- **Verminderter Muskelaufbau**
- **Reduzierte Ausdauerfähigkeit**
- **Long - COVID**
- **Erschöpfung**
- **Burnout**
- **u.v.m.**

IHHT
Intervall Hypoxie - Hyperoxie Therapie

Den Stoffwechsel optimieren
Mehr Fett verbrennen, Muskelmasse erhalten, mehr Lust auf gesunde Ernährung

Die Gefässe verjüngen
Mehr Elastizität, weniger Ablagerungen, bessere Durchblutung im ganzen Körper, Blutdruck normalisieren

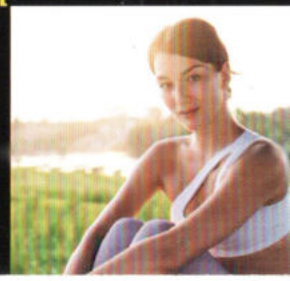
Das Herz stärken
Mehr Kraft für den Herzmuskel, Herz-Kreislauf-Erkrankungen keine Chance geben

Mehr Entspannung
Dauerstress besser bewältigen, mehr Gelassenheit, höhere Widerstandskraft

Tiefer durchatmen
Sauerstoffaufnahme verbessern, nicht so schnell ausser Atem geraten, bei COPD leichter Luft bekommen

Das Gehirn schützen
Höhere Gedächtnisleistung, bessere Konzentration Alzheimer und Parkinson vorbeugen

Die Hormone ausgleichen
Schwankungen natürlich ausgleichen



★★★★★

Deine Ziele auf einen Blick

Kombiniere effektives Training, innovative Regeneration & gezielte Ernährung für dauerhafte Erfolge.

Unser Angebot

- EMS Training off-& online
- Einzel & Group Fit
- IHHT: Sauerstofftherapie
- Ernährungsberatung
- Individuelle Betreuung
- Innovative Methoden
- Ganzheitlicher Ansatz

Melde dich jetzt bei mir

Baarerstrasse 112, 6300 Zug
+41 78 704 44 44
info@yesbody.ch - www.yesbody.ch